비상시 국민행동요령

알아야 안전하다

꼼 꼼 히 **준비**

안 전 히 **대피**

귀기울여 **듣기**

안전디딤돌 앱
내 손안의 안전 지킴이

안전디딤돌 앱은 일상생활에서 재난 및 비상사태시 필요한 다양한 재난안전 정보를 제공하고 있습니다. 다양한 재난유형별 국민행동요령은 통신이 두절되어도 언제 어디서나 이용할 수 있습니다.

01
비상시 주변 대피소 찾기
현 위치 기반 가장 가까운 대피소 확인

02
오프라인에도 국민행동요령
인터넷에 연결되지 않는 긴급 상황에도 가이드로 활용

03
위치 지정 재난 안전 문자
설정한 위치기반으로 실시간 재난 알림 메시지 확인

QR코드 스캔으로 간편하게 앱 다운받기

안드로이드

아이폰

QR코드 스캔이 어려울 경우 구글 플레이스토어, 앱스토어에서 '**안전디딤돌**'을 검색해주세요!

행정안전부

SITE www.mois.go.kr
TEL 044-205-4431
FAX 044-205-8999

발행처 행정안전부
발행일 2018년 9월
30129 세종특별자치시 정부2청사로 10, 행정안전부 비상대비정책국 위기관리지원과

본 책자는 · **행정안전부 홈페이지**(www.mois.go.kr) · **국민재난안전포털**(http://www.safekorea.go.kr)
· **교보 e-BOOK**(http://digital.kyobobook.co.kr/) · **모바일 웹진**(http://pinsquare.co.kr/safekorea/)에서 보실 수 있습니다.

비상시 국민행동요령

CONTENTS

모바일 웹진을
가족, 친구, 동료들과
공유하세요!

만화로 보는 비상시 국민행동요령

온 가족이 함께 보고, 쉽고 재미있게 배워요

가정에서, 학교에서, 집 밖에서 언제 어디서나 비상대비!
남녀노소 누구나 어렵지 않게 비상시 행동요령을 배워보아요.

* 비상사태 정의 : 전쟁 · 사변(국가적 난리 · 변고) 또는 이에 준하는 비상시 상황을 "비상사태"라 합니다.

01 경계 경보가 울리면

당황하지 말고 침착하게 평소 준비해 놓았던 생활필수품 확인해

02

단전으로 조명이 꺼지면

준비해 두었던 손전등을 이용하고,
단수 대비를 위해 화장실로 이동하고

03

단수에 대비하여
욕조· 대야 등에 물을 받아

04

무분별한 통화는
통신망을 마비시키니 자제

05

비상연락망을 확인하자!

06

집 밖으로 나가지 말고
정부방송에 귀 기울이며
안내에 따라 행동

직장에 있다면,
난 어떻게 해야 해?
민방공 경보가 울리면,

위잉~위잉~위잉~
국민 여러분
실제 상황입니다!
위잉~위잉~위잉~

01
차를 타고 이동중에는 가까운 빈터나
도로 오른쪽에 차를 세우고, 차에 타고 있던
사람들은 안전한 곳으로 대피

02
대피 후에도 계속 정부방송을 들으며
안내에 따라 행동해야 해

03
동원 대상자들은
국가동원령이 선포되면
가족들에게 연락처 등 필요한 사항을 알리고

04
지정된 집결지로 모여 필요한 교육과
임무수행 준비를 하면 돼

01

건물 붕괴의 위험이 있을 경우 엘리베이터는 위험하니 타면 안돼!

02

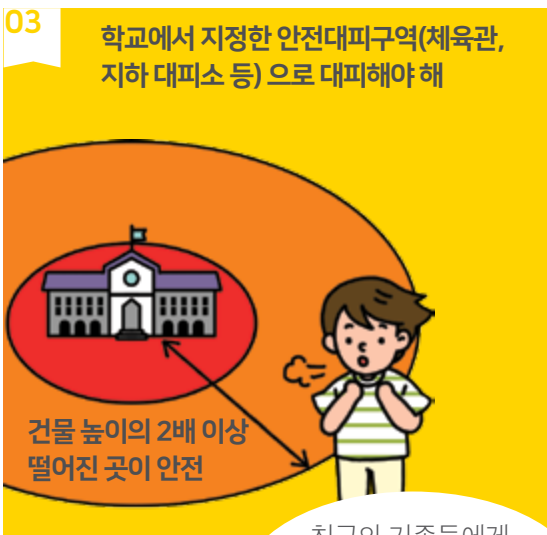
가장 가까운 비상구를 찾아 질서 있게 이동하고 가방 등으로 머리를 보호하며 밖으로 대피해

03

학교에서 지정한 안전대피구역(체육관, 지하 대피소 등) 으로 대피해야 해

가족이 모두 알고 있어야 더욱 안전합니다.

친구와 가족들에게 비상시 국민행동요령 안내책자를 SNS로 공유해 보세요.

QR코드를 스캔해서 모바일 웹진에 접속해 보세요!

소중한 우리 가족을 위한「비상시 국민행동요령」다 함께 알고, 다 함께 안전해요!

02

비상사태시 행동요령

가까운 대피 장소를 숙지하고,
전시 대비 생필품 준비

더 많은 내용이
궁금하다면?

비상사태,
안전을 위해
기억해야할
3가지

준비하고,
대피하고,
귀 기울이기!

POINT 2 대피하기

공습시 신속히 대피

민방공 경보에는 신속히 대피

POINT 3 귀 기울이기

정부방송 청취

공습이 멎고 조용해지면 정부의 안내에 따라 행동

비상시 안전가이드

온 가족이 숙지하면 더욱 안전합니다.

오늘도 안전에 한 걸음 가까이!

비상시 행동요령

국민 보호

정부는 전쟁 · 사변 또는 이에 준하는 재난 등의 비상사태가 일어났을 때에는 국민의 안전과 생명을 효과적으로 보호하고 지킵니다.

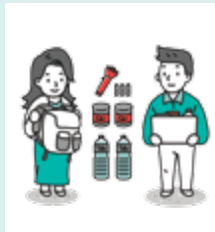
01 비상시 정부 대응

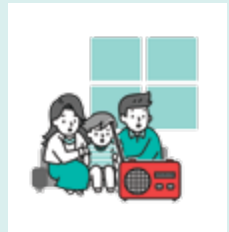
국가비상사태 적 공격이 예상되거나 시작되면 국가비상사태를 선포하여 민 · 관 · 군이 힘을 합쳐 대응합니다.

국가동원령 인력 · 물자 · 장비 등을 동원하는 국가동원령을 선포하여 국가 위기극복을 지원합니다.

생필품 배급 유사시 국민생활 안정시키는 생활필수품을 유통·관리하고 필요시 배급제를 실시합니다.

02 비상시 국민행동요령

비상사태 발생시 국민행동요령 3가지!

비상대비 생필품 구비

불필요한 전화 사용 자제

집안에서 안내방송 청취

즉시 가정으로 복귀하되, 동원하는 중점관리대상업체 직원들은 직장으로 복귀합니다.

- 국가기관의 운행 차량을 제외하고는 모든 자동차의 개인차량 운행이 통제되므로 대중교통 수단을 이용합니다.
- 단전·단수에 대비하여 손전등, 양초, 라이터(성냥)를 준비하고, 욕조나 큰 그릇에 물을 받아 두고 아껴 써야 합니다.
- 집 밖으로 나오지 말고, TV·라디오·민방위 방송을 계속 들으면서 정부의 안내를 따라야 합니다.
- 통화량 급증으로 통신망이 마비되지 않도록 불필요한 전화 사용은 자제합니다.

TIP

라면, 건조·간편 식품을 조리하려면 연료와 물이 필요해요.

03 국가동원령 선포

동원 대상 행동요령 안내

01 지정된 집결지로 모임 | 02 동원 관계자에게 집결 신고 | 03 임무수행 관련 교육

국가동원령이 선포되면 동원 대상 인력·물자·장비는 지정된 집결지로 응소합니다

- 동원 집결지로 가기 전 가족들에게 그 사실(일시, 장소)을 알리고, 본인이 없더라도 가족들이 현 상황을 잘 극복할 수 있도록 비상대비물자 준비 및 주변 대피소 등을 숙지시켜 주어야 합니다.
- 집결지에 도착하면 동원관계자에게 신고하고, 통제에 따라 행동하며 임의로 집결지를 이탈해서는 안 됩니다.
- 장비가 동원 대상인 경우에는 정상적인 가동에 필요한 수리 부속품 등을 함께 갖추고 동원에 응해야 합니다.
- 동원응소 후에는 통제에 따라 임무수행에 필요한 소정의 교육을 받고, 지시받은 임무수행을 준비합니다.

동원 대상 및 임무

구 분	대 상	임 무
병 력	• 동원예비군으로 지정된 자	• 전시 임무수행
인 력	• 중점관리대상업체 종사자 • 중점관리대상으로 지정된 기술인력	• 전시 동원지정 임무수행
물 자	• 식품, 유류, 공산품, 의약품, 자동차, 건설기계, 정보통신 장비 등	• 전시 군사작전 및 국민생활 안정을 위한 물자 지원
업 체	• 방산품, 공산품, 의료 · 제약, 수송 · 건설 관련 업체 등	• 전시 군사작전 및 국민생활 안정을 위한 물자 생산, 긴급복구 등 지원

비상대비상식 NOTE

임무고지서를 잘 보관해야 합니다.

동원 대상이라면 지정임무를 숙지하세요. 평상시에는 등기우편으로 받는 중점관리대상인력 지정통지서나 지정 및 임무고지서를 확인바랍니다.

비상대비상식 NOTE

임무고지서를 잃어버리면 어떻게 하나요?

비상사태에는 동원영장이 재발급됩니다. 또한, 동원 대상 수송차량의 방송을 듣고 안내에 따라 집결지로 응소해야 합니다.

04 배급제 안내

생활필수품 사재기를 하지 말고 정부의 배급제 실시에 협조합니다.

생활필수품

쌀·곡류, 밀가루, 통조림, 라면, 소금, 유류(난방용/취사용), 부탄 캔, 건전지, 양초, 식수, 손전등 등

TIP

정부 배급 안내

정부는 상황에 맞게
부족한 필요 품목을 배급해요!

정부 배급품

쌀, 유류(난방/취사용), 부탄 캔, 소금 등

05 신고 요령

신고해야 할 대상

간첩 | 폭발물 | 불온선전물

거짓 선전이나 유언비어에 동요하지 말고, 수상한 사람과 물건은 즉시 신고합니다.

- 적군, 무장공비, 간첩, 간첩선박, 행동이 수상한 사람
- 불발탄, 지뢰 같은 폭발물
- 불온 선전물, 불온 문서
- 연막을 뿌리는 수상한 비행기, 공중에서 낙하하는 사람
- 국가 중요 시설을 사진 촬영하거나 파괴하려는 사람
- 기타 국가 안보를 해하는 사람 및 각종 피해 발생 상황

신고처 국가정보원(111), 경찰(112, 113), 가까운 군부대 및 관공서

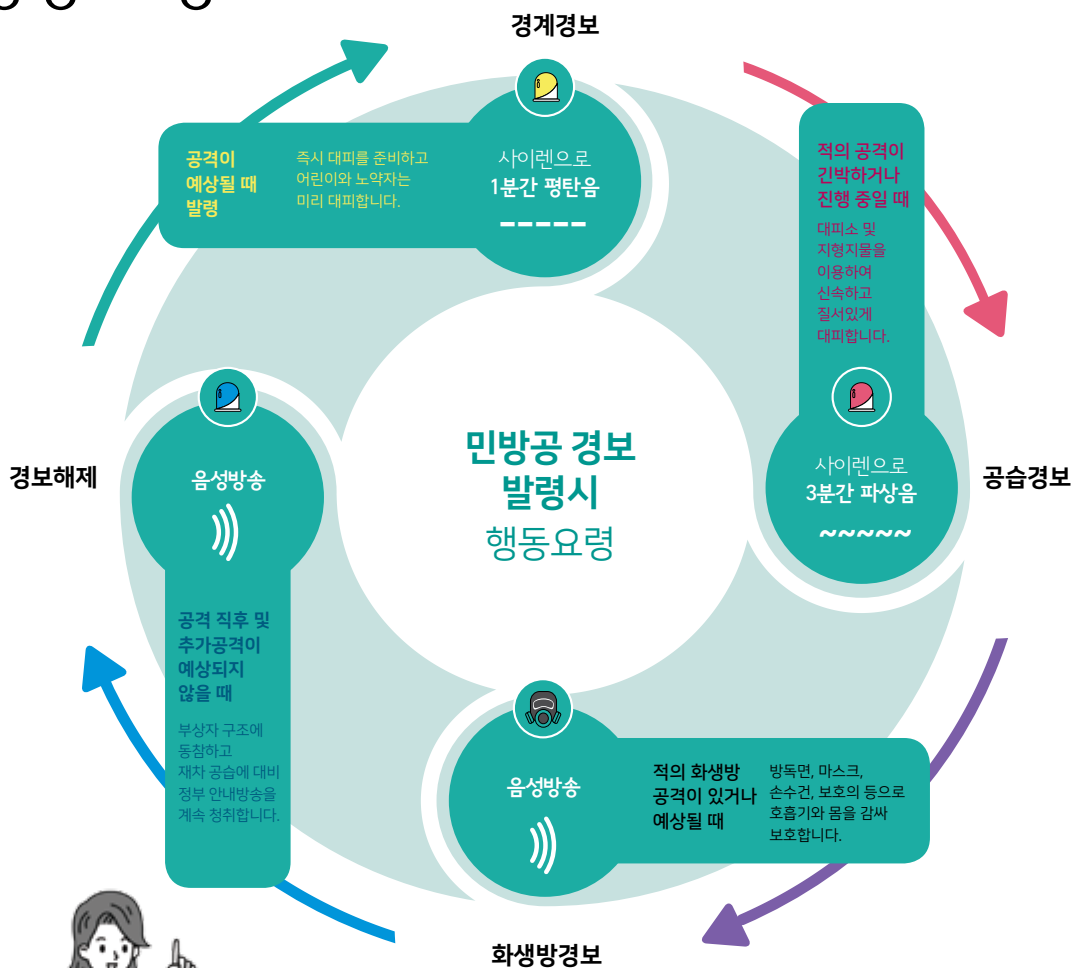
비상대비상식 NOTE

국민의 신속/편리한 신고와
관계기관의 신속한 대응을 위해
국민 안전 관련 신고전화번호
21개를 3개로 통합하였습니다.

긴급신고는
119(재난)와 112(범죄),
출동이 필요 없는 상담은
110(민원)

민방공 경보 발령시 행동요령

민방공 경보체제

민방공 경보는 적의 침공에 의하여 전국 또는 일부지역에 항공기나 유도탄, 지·해상 병력에 의한 공격이 예상되거나 공격이 있을 경우 또는 화생방에 의한 공격이 있을 경우에 그 사실을 국민들에게 신속히 전파하려는 것으로 정부에서는 전국적인 민방공 경보체제를 만들어 준비하고 있습니다.

비상대비상식 NOTE

비상시에는 민방공 경보에 귀 귀울여 주세요

경보방송은 사이렌 울림 또는 음성방송(경보단말), 라디오·TV방송을 실시하고 보조수단으로 이동멀티미디어(DMB) 및 휴대폰 긴급재난문자 서비스(CBS)를 실시합니다.

01 경계경보시 국민행동요령

경계경보 발령시

가스 차단. 전기코드 분리

비상물품 대피소로 이동

개인보호장비 정비

- 즉시 TV, 라디오 방송을 청취하며 정부의 안내에 따라야 합니다.
- 밤에는 불을 꺼야 하며 불빛이 밖으로 새어 나가지 않도록 차단해야 합니다.
- 어린이와 노약자는 상황에 따라 미리 대피하며, 평상시 준비해 둔 비상용품은 대피소로 옮겨야 합니다.
- 화재위험이 있는 석유와 가스통은 안전한 곳으로 옮기고, 외부 가스밸브를 차단하며, 전열기의 코드를 뽑아야 합니다.
- 화생방 공격에 대비하여 방독면 등 개인보호장비를 점검하고, 음식물과 식수 등은 뚜껑이나 비닐로 덮어야 합니다.
- 극장, 운동장, 음식점 등의 사람이 많이 모이는 시설에서는 영업을 중단하고 손님들을 대피하도록 해야 합니다.

TIP

영업장에서는 영업을 중단하고 손님들에게 경보 전달 및 대피 시켜 주세요!

02 공습경보시 국민행동요령

공습경보 발령시

지하 대피시설로 이동　　고층건물에서 대피

- 지하 대피시설, 민방위 대피소 등의 안전한 곳으로 대피하고, 고층건물이라면 지하실 또는 아래층으로 대피합니다.
- 화생방 공격에 대비한 방독면 등 개인보호장비와 생활필수품 등의 비상대비물자를 가지고 대피합니다.
- 운행 중인 차량은 가까운 빈터나 도로 오른쪽에 세우고 모두 하차하여 대피하도록 합니다.
- 대피 후에는 계속 정부 방송을 들으며 안내에 따라 행동합니다.

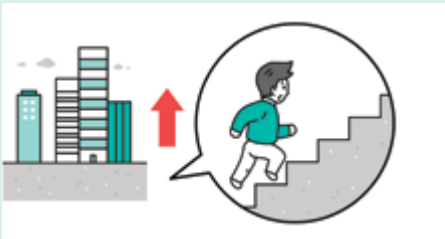
- 화생방 피해가 예상되면 신속하게 방독면, 보호의를 착용하거나, 없다면 대체품이라도 활용하여 호흡기와 몸을 보호해야 합니다.
- 시간적인 여유가 있다면 음식물은 밀폐용기나 비닐로 잘 포장을 해 두고, 식수를 담은 병이나 장독은 뚜껑을 닫아 두어야 합니다.
- 가급적 실내에 머무르고 정부의 안내에 따라 핵·방사능 및 생물·화학무기 오염지역을 신속히 벗어나야 합니다.
- 화생방 공격을 받은 지역은 공격 이후에도 그 일대가 오랫동안 오염되어 있어 위험합니다. 따라서 정부의 안내가 있을 때까지 보호장비 착용 및 보호조치를 계속 유지합니다.

핵·방사능 피해

민방위 대피소로 신속히 대피하되, 미처 대피하지 못했을 경우 핵폭발 하는 방향의 반대 방향으로 엎드리되 양손으로 눈·귀를 막고 입은 벌리며 배는 바닥에 닿지 않도록 하여 신체를 보호해야 합니다.

생물무기 피해

위생에 힘쓰며 해충에 물리지 않도록 하고 끓인 물과 깨끗한 음식물만 섭취합니다.

화학무기 피해

산이나 고층건물에 있다면 고지대나 고층건물의 위쪽으로 신속히 대피하되, 실내 대피시에는 문을 꼭 닫고 외부 오염공기가 들어오는 것을 막아야 합니다.

비상대비상식 NOTE

화생방이란?
(化生放,NBC)
Nuclear Biological and Chemical

독가스 등의 화학무기, 세균 등의 생물학무기, 방사능 등의 핵무기를 통틀어 이르는 말입니다. 화생방전은 화학의(chemical), 생물학의(biological), 방사선학의(radiological) 머리글자를 따서 CBR, CBR 전쟁, CBR 무기 등으로 약칭하기도 합니다.

일상생활 비상대비 3가지

대피장소·용품·요령 알아두기

공습·포격, 핵·방사능 및 생물·화학무기 피해에 대비할 수 있도록
안전한 대피장소를 확인하고 대피용품을 준비합니다.

STEP 01

대피장소 확인

생활 반경에서 가장 가까운 민방위 대피소를
'안전디딤돌' 앱에서 확인하실 수 있습니다.

STEP 02

대피용품 준비

비상사태를 대비하여 생활필수품·화생방 개인보호장비·
비상대비물자를 가정에 준비하고 정기적으로 점검하며,
필요에 따라 교체합니다.

STEP 03

신속한 대피

공습·포격, 핵·방사능, 생물·화학무기 피해를 최소화
할 수 있도록 대피시설로 신속히 이동하고, 상황별 대처 요령에
따라 침착하게 행동합니다.

STEP 01 대피장소 확인

상황별 대피장소와 대피요령을 알아봅니다.

일상생활 장소(가정, 직장, 학교 등)에서 가장 가까이 있는 대피장소로 이동합니다.

상 황	장 소
공습 · 포격	• 민방위 대피소, 지하철역, 지하 주차장, 대형건물 지하시설 등
핵 · 방사능	• 방풍문이 설치된 민방위 대피소, 지하상가, 지하철, 건물 지하
생물·화학 무기	• 외부공기 유입을 차단할 수 있는 대피장소 • 공기순환·정화 시설을 갖춘 대피시설(지하철,지하상가 등) 방화문이 설치되어 있는 건물 • 야외에서 신속히 대피할 경우 고지대, 건물 고층의 실내

비상대비상식 NOTE

학교나 직장, 집 밖에서 공습·포격하면 어디로 대피해야 하나요?

민방위 대피소 표지판을 찾으십시오.
'안전디딤돌' 앱 에서도 가까운 대피소를 확인할 수 있습니다.

STEP 02 대피용품 준비

유형별 대피용품을 알아봅니다.

상황에 맞는 대피용품을 확인하고 일상생활에서 준비해 두어야 합니다.

대피용품 준비

공습 · 포격

라디오, 건전지, 휴대용 손전등, 양초, 라이터(성냥), 식수, 식량, 취사도구, 침구류, 상비약품 등

핵 · 방사능

2주 이상 사용할 수 있는 식수와 식품, 제염에 필요한 식염수, 비닐 및 접착테이프 등의 대피소 보강 재료 등

생물·화학 무기

방독면, 마스크, 세제, 비누, 접착·절연 테이프, 비옷, 고무장갑 고무장화 등

비상대비상식 NOTE

방독면 대체장비 물자

방독면이 없는 경우, 손수건, 비닐봉지, 마스크, 물에 적신 의류 등으로 대체하여 조치 할 수 있습니다. (자세한 내용은 45page 참조)

03

STEP 03
신속한 대피

민방공 경보 및 안내방송에 따라 신속히 대피하며 상황별 대피요령을 알아 두고 대비합니다.

민방공 경보시 사이렌 및 음성방송 등의 안내에 따라 신속히 대피해야 합니다.

- 운전 중에는 차량을 가까운 빈터나 도로 오른쪽에 세우고 대피합니다.
- 대피소로 이동하기 어려운 경우, 낮은 곳에 최대한 엎드려 몸을 숨깁니다.

핵·방사능 피해

1. 핵, 방사능 피해 전

핵·방사능 피해에 대비하고 신체 피해를 막도록 노력해야 합니다.

① 민방공 경보가 발생하면 지하철, 터널, 건물지하 등의 지하장소나 대피시설로 신속히 이동합니다.

② 대피용품을 휴대하고 대피장소로 이동하여 몸을 보호해야 합니다.

③ 대피할 시간적 여유가 없다면 핵폭발 하는 방향의 반대 방향으로 엎드리되 양손으로 눈·귀를 막고 입은 벌리며 배는 바닥에 닿지 않게 해야 합니다.

2. 핵, 방사능 피해 중

방사능과 낙진을 피하는 데에 최대한 노력합니다.

① 시간적 여유가 있을 때에는 바람이 불어오는 방향을 살펴 낙진 지역에서 신속히 벗어나야 합니다.

② 피폭지역에서 벗어날 수 없다면 최대한 지하 깊은 곳으로 이동해야 합니다.

③ 오염장소에서 멀수록, 신체 노출 시간이 적을수록 안전하며 납·콘크리트 벽 등으로 건축된 시설 안으로 대피합니다.

④ 대피 후에는 절연·접착테이프, 천 등으로 입구를 막아 낙진이 들어오지 않도록 합니다.

3. 핵, 방사능 피해 후

상황파악 후 조치사항을 결정해야 합니다.

① 핵폭발, 바람의 방향, 피해 상황 여부, 가용한 대피소 등을 파악합니다.

② 대피소에서는 라디오를 통하여 정부의 안내를 경청하고, 대피한 사람들은 대표자를 지정하여 질서 있게 대처해야 합니다.

③ 2주 이상 대피하는데 필요한 물품을 준비합니다.

비상대비상식 NOTE

핵폭발의 섬광을 봤더라도 폭풍이 오기 전까지 몇 초 안에 바닥에 엎드리거나 건물 안으로 대피해야 합니다.
(차폐물로 보호할수록 안전)

핵폭발을 인지한 것은 생존할 수 있다는 것이니 당황하지 말고, 신속히 대피하고 낙진에 대비해야 합니다.

72시간(3일)이 경과되면 최초 방사능의 1/100 정도로 줄어 간헐적 행동이 가능하고, 2주가 경과되면 일상적 행동이 가능합니다.

생물무기 피해

생물무기 피해란 병원균이 포함된 미생물을 무기로 살포하여 나타나는 피해를 말합니다.

생물무기 피해시 전염 및 확산 예방에 노력해야 합니다.

- 생물무기 피해시 병원균에 따라 고열, 호흡곤란, 근육마비 등의 증세가 나타납니다.
- 대표적인 생물무기로는 탄저균, 페스트, 천연두 등이 있습니다.
- 오염물질 및 환자와의 접촉을 금하고, 방독면이나 마스크 착용 후 오염 지역을 신속히 벗어나야 합니다.
- 정부방송의 안내에 따라 감염 여부를 확인하고 예방접종 등의 치료를 받아야 합니다.
- 음식물과 물은 끓여서 섭취해야 하며 몸과 생활공간의 청결을 유지해야 합니다.

화학무기 피해

사람 및 동식물에게 피해를 줄 수 있는 유독성 액체, 기체 또는 고체 상태의 화학 무기(화학작용제)살포로 나타나는 피해를 말합니다.

화학무기 피해시 신속히 대피하고 오염물질은 신속히 제거해야 합니다.

1. 실외에 있을 경우

- 방독면이나 마스크 등을 착용하고 적절한 장소로 대피합니다. 방독면, 마스크가 없을 경우 손수건, 마스크, 옷 등을 이용하여 호흡기를 보호합니다.

2. 실내에 있을 경우

- 출입문, 창문, 환풍기는 접착테이프 등으로 밀봉해야 합니다. 오염된 신체부위는 비누, 세제로 흐르는 물에 1분 이상 씻고, 오염된 옷은 비닐봉지에 밀봉해야 합니다.

TIP

생물·화학무기에는 호흡기 보호, 피부 오염 예방이 우선이에요.

03

화생방 피해대비 행동요령

방사성 물질

자가 제염으로 생존확률 UP

POINT 1

겉옷 탈의& 밀봉 보관

오염된 옷과 액세서리 등 모두 벗고, 밀봉하여 보관

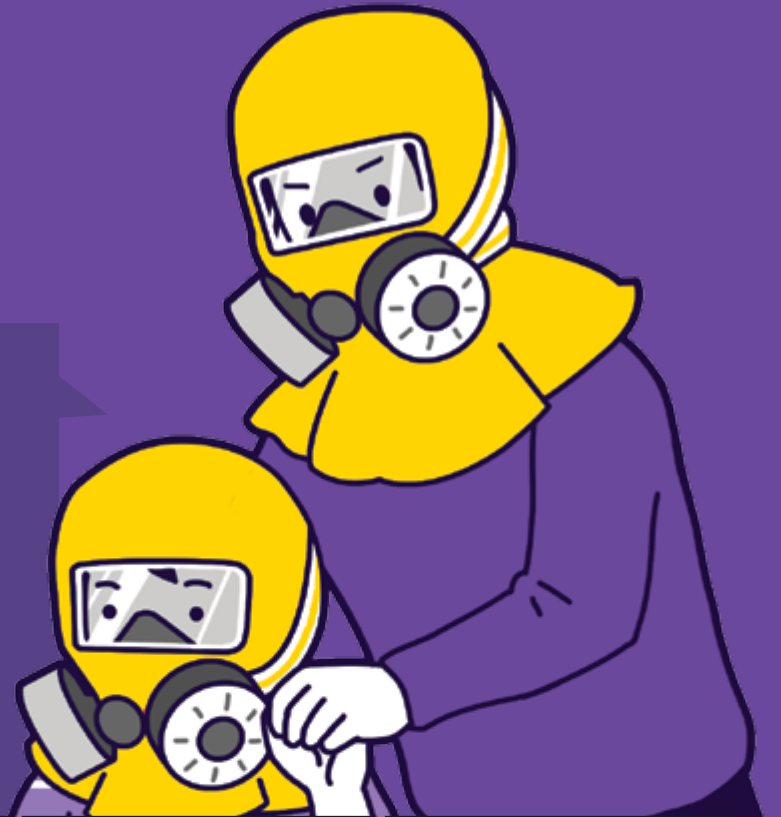
POINT 2

따뜻한 물& 비누 샤워

따뜻한 물과 비누를 사용해서 샤워

더 많은 내용이
궁금하다면?

자가 제염!
피폭시
알아두면
생존확률 UP

방사능에
노출되었을 때
피해 최소화하기

깨끗한 옷으로 환복

오염되지 않은 깨끗한 옷으로
갈아입기

정부방송 청취

TV, 라디오 등 정부의 안내에
귀 기울이기

방사성 물질 제거

빠른 대처가 생존확률을 높입니다.

침착한 대응으로 생존확률 높이기!

핵·방사능 피폭대비 행동요령

핵 · 방사능 특성

핵폭발은 폭풍과 충격파 외에 열과 방사능을 배출합니다.
나노초(10억분의 1초) 수준의 짧은 순간에 막대한 에너지와 1억 8천도 열 폭풍이 발생합니다. 폭발 1분 안에 주변 사물은 방사선에 노출되며 하루 뒤 방사능 낙진이 발생합니다. 또한 전자기파(EMP)로 전자기기가 영구 손상되어 통신 마비가 일어납니다.

01

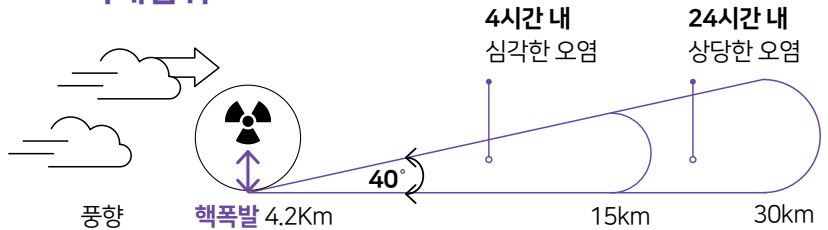
핵 · 방사능 폭발시 위력

열 복사선 30%	폭풍 55%	방사선 15%	전자기파
• 섬광, 3천~4천℃ 고열 • 2.5km이내 완전 연소	• 폭발로 인한 충격, 폭풍 • 4km이내 건물, 인명피해	• 초기, 잔류 방사선(낙진) • 최소 30km 이내 인명 피해	• 원자 핵 반응에 의한 '감마선' • 전자장비 (컴퓨터, 통신 장비등) 파괴, 마비

※ 위력 선정 기준 : 1945년 일본 나가사키 투하 핵폭탄(20KT) 위력

방사능 낙진의 피해범위

예상되는 피해 규모

- 20kt급의 핵폭발 시 1.7km 이내의 인원은 대부분 사망합니다.
- 48h(2일) 후부터는 부분적인 활동이 가능하고 336h(2주) 후부터는 전반적인 활동이 가능합니다.
- 잔류 방사선은 폭발 24h(1일) 후 전체 잔류 방사선의 80%, 2~5일 후 약 10%, 6일 후에는 남은 10%가 방출됩니다.

TIP

방사능 낙진은 무엇인가요?

핵폭발로 누출된 방사성 물질이 먼지, 눈, 비 등에 섞여 떨어지는 것을 말해요.

[핵 · 방사능 피폭 전] 지하시설로 대피

핵공격 전에는 지하 대피시설로 대피합니다.

- 지하철역, 지하상가, 건물지하 등의 대피시설로 이동합니다.
- 시간적 여유가 없다면, 방화, 피난시설, 도랑 등의 주변 시설을 이용하여 대피합니다.
- 대피시에는 생활필수품, 화생방 개인보호장비, 비상대비물자 등을 준비하고, 정부 안내방송을 계속 청취합니다.

[핵 · 방사능 피폭 중] 안전한 곳에서 제염

방사성 물질에 오염되었다면, 가능한 한 빨리 오염을 제거하여 피폭을 줄여야 합니다.

먼저 겉옷을 벗고, 비닐봉지에 넣어 밀봉합니다. 그런 후 가능하다면 따뜻한 물과 비누를 이용해 샤워합니다. 샤워를 할 수 없는 경우, 젖은 수건이나 깨끗한 천으로 피부를 닦습니다. 샤워 후에는 깨끗한 옷으로 갈아입습니다.

[핵 · 방사능 피폭 후] 피해 최소화하기

방사능 노출 최소화

방사선에 대한 신체노출을 최소화합니다.

오염장소에서 멀수록, 인체 노출 시간이 적을수록 안전하고, 납·콘크리트 벽 등으로 건축된 건물 안으로 대피합니다.

낙진 피해 최소화

낙진을 최대한 피합니다.

정부 안내에 따라 시간적 여유가 있으면 낙진 지역에서 대피하고 여유가 없다면 최대한 지하 깊은 곳으로 대피하되, 비닐 옷이나 우산으로 몸을 보호합니다.

02

핵·방사능 피해시 행동요령

비상대비상식 NOTE

방사선의 국제 표준화 기호 3엽 마크 ISO-361

방사능이 포함된 물질과 방사선 사용구역 겉면에 표기하고 일반인의 접근 제한 및 취급 주의를 요하는 표식으로 사용됩니다.

방사능 마크는 방사능 물질의 겉면에 표시하거나 방사능 구역에서 사용하며 사전에 미리 사람들에게 경고하는 의미의 표식

비상대비상식 NOTE

정부 방송 청취

방사성 물질 확산 경로는 기상상황(바람, 방향, 온도, 습도 등)에 따라 달라질 수 있습니다. 따라서 안전한 대피를 위해서는 현장상황과 정부방송 안내에 따라 침착하게 행동해야 합니다.

핵 · 방사능 피해 전

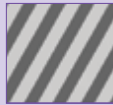
핵·방사능 피폭대비 생존상식

01 대피시설

핵·방사능 피폭대비 생존상식 알아두기

핵·방사능 공격에도 사전에 대비하거나 적절한 조치를 할 경우 피해를 줄일 수 있고 생존율은 높아지며, 살 수도 있습니다. 피해 지역을 이탈할 때에는 신중해야 하며, 낙진이 떨어지는 것이 확실할 경우에는 그 자리를 빠르게 벗어나야 합니다.

두께가 30cm 이상인 콘크리트, 40cm 이상인 벽돌 및 60cm 정도인 흙 등으로 차단된 지하공간이면 방사선 차단과 낙진에 의한 피해를 예방할 수 있습니다.

벽 재질과 두께에 따른 안전성

콘크리트 30cm
벽돌 40cm
자갈, 모래 50cm
흙 60cm
속빈 벽돌 65cm
물 75cm
책 105cm
나무 130cm

콘크리트 30cm | 벽돌 40cm | 자갈, 모래 50cm | 흙 60cm | 속빈 벽돌 65cm
물 75cm | 책 105cm | 나무 130cm

02 방사능 낙진

낙진의 방사능 강도

낙진의 방사능 강도는 시간이 흐를수록 급격히 감소합니다.
7배 시간마다 1/10로 감소하므로 핵폭발 1시간 이후 낙진의 방사능 강도는 7시간이 지나면 1/10, 49시간(2일)이 지나면 1/100, 343시간(14일) 이후에는 1/1,000이 됩니다.
그래서 핵폭발 후 대체적으로 2일을 견디면 낙진에 대한 보호대책을 갖춘 상태에서 간헐적인 활동이 가능하고, 2주 후에는 전반적인 활동도 가능하다고 말하는 것입니다.

낙진 대피

낙진을 피하기 위해서는 방사선이 차단되는 대피소로 이동하거나, 낙진이 오지 않을 지역으로 이동해야 합니다. 상황이 긴박하다면 건물 지하실, 아파트 및 주택 등의 피난시설, 대피공간 및 화장실 등으로 신속하게 이동한 후 장소를 밀폐하여 임시대피소로 사용할 수 있습니다.

비상대비상식 NOTE

낙진의 형태

그대로 떨어지는 **건조낙진,**
비에 섞여 내리며 검은 비를 만드는 **강우낙진,**
눈에 섞여 내리는 **강설낙진**
등이 있습니다.

03 방사능 피폭대비 생존 물자

핵 · 방사능 피폭대비 생존물자

건전지로 작동되는 **라디오**

어두운 지하를 밝힐 **손전등, 양초, 라이터(성냥)**

부상 대비 **상비약, 위생용품**

비닐 백, 비누, 소독액, 세제, 테이프

핵 · 방사능 피해시 정부의 경보와 안내를 청취하며 통제에 따라 행동할 수 있도록 건전지로 작동되는 라디오가 필수적입니다. 또한 지하이므로 손전등, 양초, 라이터(성냥)도 함께 챙기는 것이 좋습니다. 대피 시 휴대·운반이 쉽도록 사전에 물자를 한 묶음으로 준비하고 배낭, 캐리어 등에 보관해 두는 것이 바람직합니다.

TIP

가정용 상비약품, 어떤 것을 준비해야 하나요?

의약품 : 소독제, 해열진통제, 소염제, 소화제, 지사제, 화상연고, 지혈제 등

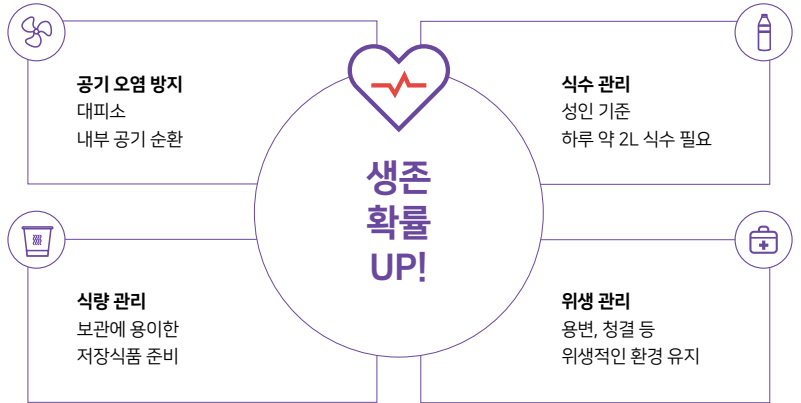
의약 외품 : 핀셋, 가위, 붕대, 탈지면, 반창고, 삼각건 등

04

방사능 피폭 대피생활

2주 이상 대피 가능한 공간 확보

방사능이 현저히 감소하는 시간인 2주 동안 견딜 수 있도록 비상대비물자를 활용하며, 가장 기본적으로 대피소 내부 공기를 순환하고 여과하여 적정한 온도를 유지하면서 공기가 오염되지 않도록 하여야 합니다. 또한 식수, 식량, 용변, 위생을 관리해야 합니다.

05

대피생활 행동지침

대피생활은 대표자를 선정하고, 아래와 같은 예시처럼 공동생활 규칙을 정해두는 것도 중요합니다. 대피하여 모여 있는 사람들은 공포, 공황 상태 및 불안 등에 노출되어 있기 때문에 심각한 문제가 일어날 수도 있기 때문입니다.

대피소 공동생활 규칙

- 대피자는 간략한 신상내용을 포함한 명부 작성하기
- 노약자, 어린이, 환자 등 사회적 약자 배려하기
- 어떤 장소에 무엇을 어떻게 설치할지 결정하기
- 대피생활에 필요한 역할을 분담하여 맡고 협력하기
- 보유한 품목의 사용 우선순위, 물자분배 기준 준수하기
- 거주공간의 사생활 보장하기(특히 영유아·어린이가 있는 가정, 여성)
- 대피소의 방법 대책 마련 참여·확립하기 (경계, 범죄 예방, 순찰 등)

*이 외 필요한 여러가지 사항은 대표자를 통해 공동생활 의사 결정하기

즉각 행동지침

- 1. 사고 당시 어떤 일을 당했는가?
- 2. 구조 당시들은 정보가 있는가?
- 3. 사고 발생 시각에 어디에 있었는가?
- 4. 사고 현장에서 머문 시간은 얼마인가?
- 5. 방사선 차폐가 될 수 있는 건물, 차, 벽 등이 있었는가?
- 6. 당시 주변 환경 또는 사고 현장에 대해 할 말이 있거나 아는 바가 있는가?
- 7. 현장에서 빠져나와 다른 병원에서 검사받은 결과가 있는가?
- 8. 사고 관련자들을 일지에 적을 때 본인의 정보도 정확하게 기록되었는가?

06 방사능 피폭시 즉각 행동지침

TIP

국가 방사선 비상진료센터란?

우리나라의 방사선 비상진료 능력을 높이고자 2001년에 설립, 방사선 비상진료 대응을 체계화하여 방사선 사고에 대비할 수 있도록 교육하며 관련 인력을 관리해요.

일반적인 자가 제염용품

식염수, ph5 약산성 세정액, 소독약, 락스, 베이킹 소다 등

- ph5 약산성의 순한 세정액(렌즈 세정액, 식염수 등의 의약 외품)
- 3% 과산화수소용액(상처 소독용품으로 시중 구매 가능한 의약 외품)
- 1% 염소표백제(베이킹소다 등 시중 구매 가능한 일반 세제류)
- 일반적인 세척법이 효과가 없을 경우 5% 과망간산칼륨 수용액(얼굴, 생식기는 제외)을 사용한 후에 5% 차아황산나트륨 수용액으로 씻어낸 다음 물로 헹궈냅니다.

07 일반적인 자가 제염용품

비상대비상식 NOTE

주의할 점!

일반적 상황이 아닌, 비상시 긴급 대응 방법입니다.

08 자가 제염 절차

TIP

자가 제염이란, 비상사태시 긴급히 방사선을 제거하는 것을 말해요.
방사선 피폭 치료에서 제염은 기본적으로 필요한 절차이지요.

자가 제염 절차

피부에 상처가 나지 않게 주의 / 얼굴로 물이 흐르지 않게 주의 / 린스 사용 금지 / 오염되지 않은 옷으로 갈아입음

- 미온수와 중성 비누를 사용하여 머리에서부터 발끝까지 샤워합니다.
- 거친 브러시나 스펀지를 사용하여 피부를 문지르지 않습니다.
- 머리를 감을 때는 머리를 숙여서 감지 않도록 합니다.
  ※ 눈, 코, 입, 귀로 물이 흐르지 않게 주의해야 합니다.
- 린스 없이 샴푸만 사용합니다.
  ※ 모발 단백질에 방사성 물질이 결합하여 제염을 더 어렵게 하므로 린스는 사용을 금해야 합니다.
- 대피 공간에 오염원이 확산되지 않도록 바로 옷(시계, 장신구 등)을 벗습니다.
- 밀폐 가능한 비닐봉지에 옷가지와 개인 소지품을 담아 밀폐한 후 사람이나 반려동물로부터 떨어진 집 밖의 안전한 장소에 둡니다.
- 오염된 의복과 개인 소지품을 없애려 할 경우 직접 세척, 폐처리 및 운송은 하지말고 관련 기관에 연락합니다.

비상대비상식 NOTE

옷이나 피부 등에 소량으로 외부가 오염된 경우 즉각적인 신체 증상의 발현 가능성은 매우 적다.
만일 사고 시 오염량이 매우 적다면 주의를 기울여서 제거 할 수 있습니다.

생물학무기 피해대비 행동요령

생물학 무기 병원체

생물학 무기의 특성

- 생물학 무기는 공격 발생 사실을 감지하고 병원체를 규명, 치료 방법을 찾는데에 많은 시간이 소요됩니다.
- 비슷한 증세의 급성환자가 대규모로 발생, 지역 · 계절에 맞지 않는 질병 발생, 뚜렷한 원인 없이 동물 · 가축들이 집단 폐사하면 생물학 공격으로 의심합니다.

탄 저 균	- 감염 후 6일 뒤 잦은 기침 · 호흡곤란 · 근육마비 등의 증세가 나타남 - 심해지면 2일 내에 사망
페 스 트	- 감염 후 1~6일 뒤 고열 · 호흡곤란 · 두통 · 기침 등의 증세가 나타남 - 심해지면 2~4일 뒤 사망
천 연 두	- 감염 후 2~3일 뒤 온몸에 종기 · 고열 · 피로 등의 증세가 나타남 - 심해지면 2주내 감염환자 30%가 사망
바이러스성 출혈열	- 감염 후 고열 · 근육통 · 설사 · 가슴통증 · 출혈 등의 증세가 나타남 - 심해지면 일주일 뒤 감염환자 90%가 사망
보툴리즘	- 감염 후 1~3일 뒤 호흡곤란 · 근육마비 등의 증세가 나타남 - 심해지면 1일 내에 사망

TIP

생물학무기 피해의 특성과 증상을 알고 즉각 대처해야 해요.

생물학 공격시 행동요령

전염 및 확산 예방

오염 환자와 접촉 금지 · 코와 입을 보호 후 대피 · 예방접종 및 치료

의심물질 및 오염 환자를 접촉해서는 안 됩니다.

의심스러운 물질, 오염 환자에게는 접근·접촉을 해서는 안되며, 마스크나 손수건 등으로 항상 코와 입을 보호한 후 대피해야합니다.
대피 후 안전지역에서는 예방접종 및 전문적인 치료를 받아야 합니다.

02

생물학 공격시 행동요령

위생관리 강화

청결 유지 | 반려동물 오염여부 확인 | 안내에 따라 추가 감염 예방

개인 및 주변 위생관리를 철저히 합니다.

- 음식물은 15분 이상 조리해서 섭취하고, 몸과 가정의 청결을 유지, 침구류는 자주 일광소독을 해 주어야 합니다.
- 가축이나 반려동물들에 의한 전염의 가능성도 많기 때문에 항상 오염여부 확인 및 관리를 철저히 합니다.

※ 정부방송, 보건관서, 민방위 대원의 안내에 따라 추가 감염을 예방합니다.

TIP

생물학무기로 의심되는 우편물을 받았거나 질병 관련 정보가 궁금할 땐 질병관리본부 콜센터 1339로 문의하세요!

의심스러운 우편물을 받았을 때

- 우편물을 개봉하지 말고 격리된 곳에 보관 후 보건소, 행정기관에 신속히 신고합니다.
- 주변 사람들의 인적사항을 기록하여 관계자에게 전달하고, 신속하게 다른 방으로 격리시켜야 합니다.
- 의심스러운 액체, 가루/분말 등이 흘러나오면 비닐, 포장지 등으로 덮어 확산되는 것을 방지합니다.

화학무기 피해대비 행동요령

01 화학무기 공격시 행동요령

화학무기의 특성

- 호흡곤란, 구토, 피부발진 발생, 이유 없이 주변의 새들이 떨어지고 물고기가 죽는다면 화학공격으로 의심해야 합니다.
  ※ 액체, 가스 등 다양한 형태의 독성을 가진 화학물질이 호흡기 또는 눈과 피부를 통해 체내로 흡수되기 때문입니다.
- 화학무기 오염 시 호흡곤란, 근육경련, 피부화상, 폐렴 등을 유발하고 오염 즉시 조치하지 않으면 심각한 피해를 입게 됩니다.

지형, 풍향을 고려해 신속히 대피합니다.

지형, 풍향을 고려해 대피

대피방향
바람방향

01

화학가스는 공기보다 무거워 아래로 가라앉으므로 건물 위쪽 및 고지대로 대피합니다.

02

*오염지역의 위치와 풍향에 따라
— 내 위치에서 오염지역으로 바람이 불 때는 바람이 불어오는 쪽으로 대피합니다.
— 오염지역에서 내 위치로 바람이 불 때는 좌/우측 방향으로 대피합니다.

오염물질은 신속히 제거합니다.

- 흐르는 물에 15분 이상 씻은 후 병·의원에서 전문적인 치료를 받아야 합니다.
- 오염된 옷은 밀폐 가능한 비닐 백, 플라스틱 용기 등에 보관하여 추가 오염을 예방할 수 있습니다.

오염물질 제거

실내 대피시 외부공기가 들어오지 않도록 조치합니다.

출입문과 창문을 닫고 젖은 수건, 신문지, 접착테이프로 밀폐하고, 에어컨, 환풍기, 공기청정기는 작동을 중단시켜야 하며, 외부와 연결된 기기 주변을 랩, 접착테이프로 밀봉합니다.

비상대비상식 NOTE

화학무기 피해시

방독면이 없다면 마스크, 물수건 등으로 입과 코를 막고 비닐 등을 이용해 피부가 노출되지 않도록 합니다.

※44page, 화생방 대비물자 종류와 사용 요령 참고

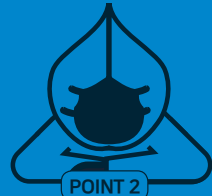
04

인명·시설 피해시 행동요령

푹신한 방석, 안전용품!

POINT 1

신체에서 가장 중요한 머리

건물 붕괴시 낙하물 부상 예방

POINT 2

머리를 지켜주는 푹신한 안전방석

건물 잔해 및 낙하물에서 머리 보호

더 많은 내용이
궁금하다면?

푹신한 방석이 비상시 안전용품으로!

비상 및
재난시
머리를 보호할 수
있는 안전모자를
알아보자!

난연소재 확인필수

붕괴 및 화재에서도 안전할 수 있도록 난연 기능 확인

평상시엔 푹신하게 비상시엔 안전하게

평상시에는 방석이나 등 쿠션으로 활용

일상에서 사용하는 안전용품

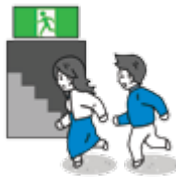
비상시 침착하게 대응하여 생존확률 높이기!

대형건물 붕괴·화재 행동요령

침착한 행동으로 피해 최소화

대형건물이 붕괴될 때 많은 사람들은 극도의 혼란과 공포심으로
판단력이 흐려져 피해가 더욱 확산될 수 있습니다.
이럴 때일수록 최대한 침착하게 대피해야 안전할 수 있습니다.

01

건물붕괴 · 화재시 대피 행동요령

TIP

붕괴 시 빠르게 대피할 수 있도록 건물 내 비상구 위치를 숙지하세요!

엘리베이터를 이용한 대피의 문제점

- 일정 시간 엘리베이터 문 앞에서 기다려야 할 경우 화재, 연기에 노출
- 엘리베이터가 화재층에 자동으로 멈춰서 문이 열리면 화상, 인명피해 위험
- 많은 사람들이 엘리베이터에 몰리는 경우 정상 운행이 불가능
- 사고로 정전되어 엘리베이터가 정지되어 탑승객이 갇히는 결과 초래
- 소화전, 스프링클러의 물이 엘리베이터의 전원 및 배선을 합선시켜 고장 위험

건물 잔해 고립시 행동요령

02

건물 잔해 고립시 행동요령

무리한 탈출시도 금지 / 편안한 자세 유지 / 위치 알림 구조요청

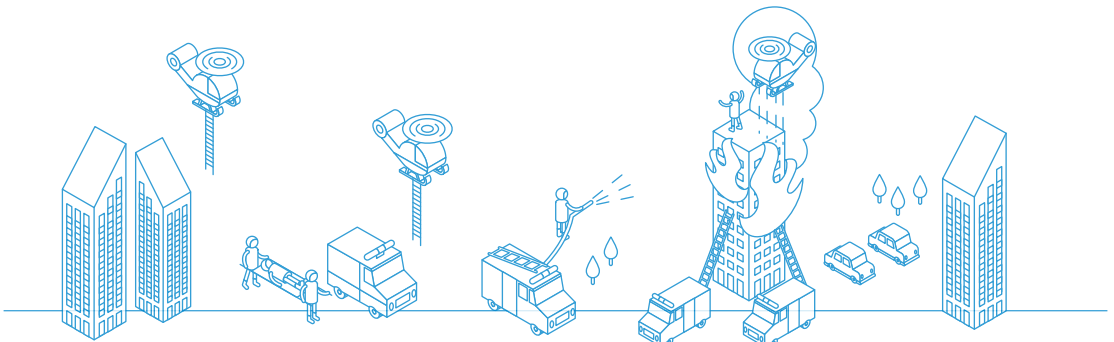
- 무리하게 빠져나오려 하지 말고, 가급적 편안한 자세를 유지합니다.
- 손전등 불빛을 비추거나 파이프 등을 두드려 구조 요청을 합니다.
- 누출가스로 인한 폭발 위험이 있으므로 성냥, 라이터 등을 사용해서는 안됩니다.
- 가급적 휴대폰, 무전기 등의 발신음을 주기적으로 보내야 합니다.

건물 화재 대피시 행동요령

03

건물 화재 대피시 행동요령

호흡기 보호 / 문 손잡이 온도 확인 / 바닥에 뒹굴어 불씨 제거

- 입과 코를 막고 낮은 자세로 대피합니다.
- 출입문 손잡이가 뜨거우면 문밖에 불이 난 상태이므로 다른 통로로 대피합니다.
- 옷에 불이 붙으면 두 손으로 눈과 입을 가리고 바닥에 뒹굴어 불을 꺼야 합니다.

전기·물·가스 공급 중단시 행동요령

전기, 물, 가스공급 중단

비상시 전기와 물 등은 제한공급될 수 있습니다. 주민 각자가 할 수 있는 행동요령을 확인하고 대비해야 합니다.

01 단전시 행동요령

정부 대응

- 정부는 비상시에도 전력을 정상적으로 공급하되, 불필요한 곳에는 전력 공급을 제한합니다.
- 단전을 대비하여 병원, 산업시설 같은 주요 시설 및 아파트 단지에는 비상자가 발전기가 설치되어 있습니다.

국민행동요령

- 각 가정에서는 휴대용 전등 또는 양초, 라이터 또는 성냥, 건전지 등을 미리 준비해 두고 불필요한 전력 소비를 자제해야 합니다.
- 비상자가발전기는 평시에 정기점검을 하고, 연료를 가득 채워 항상 가동이 가능하도록 만반의 준비를 해 두어야 합니다.

02 단수시 행동요령

정부 대응

- 정부는 비상시에 제한적으로 물을 공급합니다.
- 공동 주택 단지에는 양수 시설 또는 저수조 시설이 설치되어 있고, 지역별로 민방위 비상급수 시설이 설치되어 있습니다.
- 부분 단수 때에는 급수차량 또는 먹는 샘물 공급업체를 동원하여 먹는 물을 공급합니다.

국민행동요령

- 각 가정에서는 물탱크, 욕조, 양동이 등에 물을 충분히 담아 두고 최대한 아껴 써야 합니다.

03 가스공급 중단시 행동요령

정부 대응

- 정부는 비상시에도 도시가스를 안정적으로 공급할 수 있도록 긴급 복구계획 등을 세워 놓고 있습니다.
- 그러나 가스시설 피해 등으로 가스공급이 중단된 지역에서는 취사와 난방을 위한 유류와 부탄 캔 등을 배급합니다.

국민행동요령

- 평소에 각 가정에서는 휴대용 가스렌지와 부탄 캔(15개) 등을 미리 준비해 두고 비상시에는 최대한 아껴 써야 합니다.

지하철 객실 내 안전장치

객실 내 안전장치 위치 확인

객실 내 안전장치 설치 위치는 지역·지하철 노선에 따라 다르므로 평소 자주 이용하는 지하철의 안전장치의 위치를 확인하고 사용방법을 숙지하고 있어야 합니다.

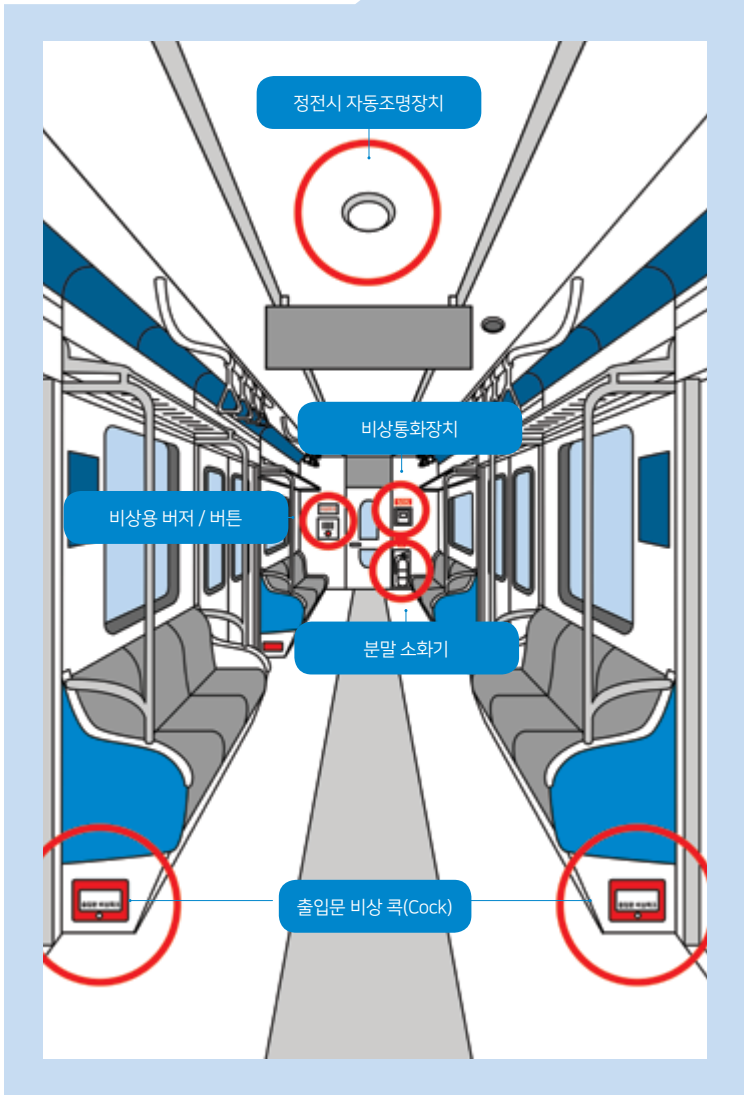
지하철 내부를 알아보자

정전시 자동조명장치

비상통화장치

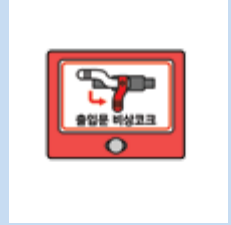
비상용 버저 / 버튼

분말 소화기

출입문 비상 콕(Cock)

02 지하철 객차 내부 피해 발생시

객차 내부 피해 발생시

01 비상 인터폰으로 사고내용을 기관사에게 알림

02 화재발생시 소화기로 초기 진화

03 출입문 쪽 비상 손잡이를 수동으로 열고 탈출

03 지하철 승강장 피해 발생시

승강장 피해 발생시

01 비상전화로 역무실 또는 사령실에 알림

02 비상조명등을 이용하여 시야를 확보

03 비상유도등을 따라 지상으로 대피

04 역과 역 사이 또는 승강장 화재시

지하터널 이용 대피

01 역과 역 사이 또는 승강장 화재 발생

02 승강장에 있는 비상 사다리를 이용해 터널로 내려간 후

03 열차 진행방향의 선로를 따라 다음 역으로 이동 대피

인명·시설 피해복구 행동요령

인명피해 발생시

주변에 있는 주민들은 긴급 인명구조 활동에 적극 참여해야 하며, 응급조치에 기본적인 소양이 있는 국민이라면 내 가족의 일이라 생각하고 시설 피해 복구에 자발적으로 참여합니다.

01 인명피해 발생시

가정 및 직장에서 구급약을 활용하되 가능한 빨리 전문가의 도움을 요청해야 합니다.

- 각 가정과 직장에 있는 구조장비와 구급약을 활용하여 인명구조 활동을 도와야 합니다.
- 부상자, 노약자 등 부상이나 위험정도에 따라 우선순위를 정하여 침착하게 구조합니다.
- 인명피해가 크게 발생하면 자발적으로 헌혈에 동참합니다.
- 화생방 공격으로 오염된 환자는
  - 전문가의 지시에 따라 오염지역 밖으로 신속히 옮긴 후
  - 옷을 벗기고 오염된 피부를 비눗물로 씻어 준 후 호흡이 편하도록 해 주어야 합니다.

02 시설 피해 발생시

소방서·경찰서·시·군·구청 등에 신고하고 복구 활동에 동참해야 합니다.

- 피해 현장에 차량과 주민의 접근을 통제하고 불에 타거나 폭발하기 쉬운 위험물 등을 우선 제거합니다.
  - 불발탄, 폭발물 제거 등 특수기술이나 장비가 필요한 경우에는 군부대 등 관계기관에 신고하여 조치
- 각자 가지고 있는 소화기기나 물자를 활용하여 응급복구 작업을 서둘러 피해를 최소화 해야 합니다.
- 화생방 공격으로 오염된 시설과 장비는 비눗물이나 세제를 활용하여 깨끗이 씻어야 합니다.

비상대비상식 NOTE

불발탄, 폭발물 등 위험물 발견 시 1338번으로 신고해야 합니다.

신고시 신고자의 위치를 자동인식하여 가장 가까운 군부대로 연결합니다.

05

비상대비물자 준비 및 사용요령

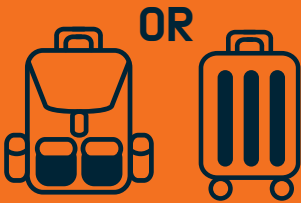
비상식량과 물은 한 사람이
30일 정도 버틸 만큼 만!

비상사태시 정부에서 국민 구호를
위한 필요품을 배급하므로 안심하자!

더 많은 내용이
궁금하다면?

비상시 72시간을 지켜 줄 비상대비물자

일상생활에서
준비하여
안전에 한 걸음 더!

휴대·운반이 쉽게

들고 이동하기 편한 가방에
비상대비물자 넣기

다 함께 안전하게

가족 구성원 수 대로
비상대비물자 준비

주기적인 확인·점검과 교체는 필수!

오늘도 안전에 한 걸음 가까이!

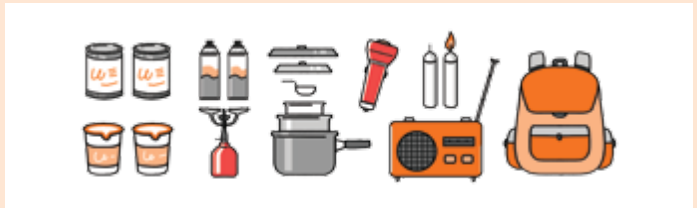
비상대비 물자 준비요령

일상에서 준비할수록 안전

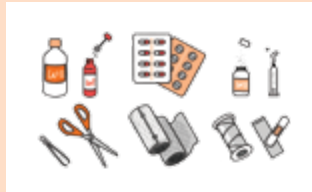
평상시에 가정에서 구비할 수 있는 생활필수품과 비상사태에 대비하여 상비약품, 그리고 화생방 대비용품을 마련해야 합니다. 또한, 주기적으로 물자의 유통기한을 확인하고 교체하여 관리해야 합니다.

01

비상대비물자

비상용 생활필수품

쌀, 라면, 통조림, 버너, 부탄가스, 라디오, 전등, 라디오, 양초, 성냥

- 식량·식수 : 가급적 조리와 보관이 간편한 쌀,라면, 밀가루, 통조림 등(30일분)
- 취사도구 : 식기(코펠), 버너 및 부탄가스(15개 이상)
- 침구 및 의류 : 담요, 내의 등
- 라디오(건전지 포함), 배낭, 휴대용 전등, 양초, 성냥 등

가정용 상비약품

의약품 : 소독제, 해열진통제, 소화제, 지사제, 화상연고, 지혈제, 소염제 등

의약 외품 : 핀셋, 가위, 붕대, 탈지면, 반창고, 삼각건 등

화생방 대비물품

- 방독면 또는 수건, 마스크
- 보호 옷 또는 비닐 옷, 비옷
- 방독장화와 장갑 또는 고무장화와 장갑
- 해독제, 피부제독제 또는 비누, 합성세제
- 충분한 접착테이프 (창틀, 문틀 밀폐용)

비상대비상식 NOTE

화생방 보호의

상 · 하의와 고무로 된 보호 장갑, 장화 등으로 구성됩니다. 보호의의 주요 기능은 화학 작용제와 생물학 오염으로부터 신체를 보호하는 것입니다.

02 비상대비 물자 준비요령

- 음식물은 가급적 조리가 필요 없고 통조림으로 되어 있는 식품을 선택하고, 정기적으로 유통기간을 확인하여 교체해 주어야 합니다.
- 라디오의 건전지는 충분히 준비해 두어야 합니다.
- 한 사람당 최소한 한 벌씩 추위를 막을 수 있는 따뜻한 옷과 신발을 준비해 둡니다.
- 의약품은 가족 구성원의 특성을 고려
  어린이나 노약자에 맞는 약품을 추가적으로 준비합니다.
  환자가 있다면 최근 처방전 및 의약품을 준비합니다.
- 대피시에는 통장, 보험증서, 계약서, 여권 등 중요서류도 함께 챙겨 가야 합니다.
- 화생방 대비물품을 준비하되, 구비하지 않았다면 가정에서 쉽게 구할 수 있는 화생방 대체장비 물자(45page)를 활용합니다.
- 평상시에는 비상대비물자를 휴대·이동이 쉽도록 배낭, 캐리어 등에 보관하고, 유통기한이 있는 품목은 정기적으로 사용·순환 교체하여 관리합니다.

03 가족 비상연락카드

비상사태에는 유·무선 통신이 마비되어 전화와 휴대폰 등 통신 장비가 쓸모없어져 가족 및 친지와 연락이 두절될 가능성도 있기 때문에 사전에 가족 비상연락카드를 작성해두어야 합니다.

❶ 만남의 장소 선정

- 평소에 가족 구성원이 모두 참여하여 비상사태 발생시 만날 수 있는 장소를 선정해 두어야 합니다.
- 평소 약속한 곳이나 안전한 대피소를 만남의 장소로 합니다.
  - 만남의 장소는 특정 장소를 선정(1차·2차·3차) 합니다.

❷ 가족 비상연락카드 작성

- 평시에 가족 구성원들 각자 비상연락망을 카드로 가지고 있도록 합니다.
  - 비상연락카드에는 가족사항, 혈액형, 복용약 등을 적음.
  - 집, 직장, 학교, 친인척 연락처 등을 적음.
  - 신고·구호 및 정부 관련기관 연락처 적음.

비상연락카드	가족 외 비상연락망	가족 만남의 장소
이름 ______	이름 ______	(1) ______
전화번호 ______	관계 ______	(2) ______
주소 ______	전화번호 ______	(3) ______
혈액형 ______	주소 ______	기타 ______

TIP
가족 비상연락카드는
집, 학교, 직장 등 곳곳에 두고
휴대하면 좋아요!

화생방 대비물자 사용요령

01

방독면 착용요령

올바른 사용법 숙지로 안전하게

독성 화학가스로부터 호흡기를 보호할 수 있는 방독면 착용 요령과, 화생방 보호 장비를 미처 준비하지 못했을 때 일상에서 대신 쓸 수 있는 물자 활용법을 숙지해야 합니다.

01

휴대 주머니를 열어 포장된 방독면과 정화통을 꺼내 은박 포장을 제거합니다.

02

정화통 상·하 마개를 제거하고 시계방향으로 돌려 방독면에 장착합니다.

03

방독면 렌즈 쪽이 아래를 향하도록 잡고, 방독면을 착용합니다.

04

얼굴에 밀착되도록 머리 끈을 조절하고 내부 목 조임 끈을 조여 줍니다.

05

정화통의 공기 흡입구를 손바닥으로 막고 숨을 깊이 들이마셔 안면부가 얼굴에 밀착되는지 확인 후 안전한 곳으로 신속히 대피합니다.

비상대비상식 NOTE

국민 보급형 일반 방독면 (KSM 6685 방독면)

화학 작용제 오염 지역으로부터 대피 시 착용하며 두건을 겸한 방독면입니다.
재난대비용품이나 소방안전용품 판매처에서 구매 가능합니다.

화생방 보호 장비가 없을 때 쉽게 대신 쓸 수 있는 물자 활용방법을 알아봅니다.

02 화생방 대체장비 물자 활용방법

기본장비	대체장비 물자	활용방법
방독면	손수건, 의류	손수건을 물에 적셔 코와 입을 막아 호흡기 보호
	비닐봉지, 비닐팩, 위생팩	비닐봉지를 쓰고 허리를 묶어 외부 공기유입차단 (비닐봉지 속의 남은 산소를 감안하여 이동)
	마스크, 휴지, 면붕대(거즈), 물티슈	마스크를 착용하거나 면붕대(거즈)는 물에 적시고 휴지, 물티슈는 몇 겹 접어 코와 입을 막아 호흡기 보호
보호의, 보호두건	비옷, 방수의류 등	비옷을 머리까지 덮어 쓰고 허리띠로 허리를 꼭 묶어 외부 오염공기의 유입차단
방독 장갑·장화	고무장화, 고무장갑	고무장갑·장화를 착용하여 피부노출 방지

TIP

일반방독면과 마스크는 어떤 차이가 있나요?

일반방독면은 두건이 있어 얼굴 전면부를 보호하고, 마스크는 코와 입을 가려 호흡기를 보호해요.

비상대비상식 NOTE

대체장비 물자 활용도 높이기

손수건, 비닐봉지, 마스크, 휴지 등을 함께 사용해야 호흡기를 보호하는 효과가 높아집니다. 또한, 피부에 밀착되는 절연·접착테이프, 반창고, 청테이프 등을 활용합니다.

부상자 응급조치 요령

빠르고 정확한 응급조치

응급환자 및 부상자는 함부로 옮기면 위험할 수 있으니
잘 살펴보고 대처해야 합니다.

01 눈 제염

눈 제염 방법

- 안구가 손상되지 않았다면 물이나 생리 식염수로 눈을 충분히 씻습니다.
- 비루관의 오염을 피하려면 식염수가 눈의 안쪽에서 바깥쪽으로 흐르도록 씻습니다.

02 귀 제염

비상대비상식 NOTE

헹구어 낸 세척액과 면봉 등은 밀봉하여 폐기합니다.

귀 제염 방법

- 제염하기 전 고막의 상태를 확인합니다.
- 고막이 손상되지 않았다면 외이도(귀의 바깥쪽)를 씻습니다.

03 비강 및 구강제염

TIP

가글액은 삼키지 않도록 주의해야 해요!

비강 및 구강 제염 방법

01

비강 제염 방법

02

구강 제염 방법

- 비강 오염 시 의식이 있는 상태라면 직접 코를 풀도록 합니다.
- 필요시 면봉으로 코 안쪽을 닦아냅니다.
- 구강 및 인후 오염 시에는 생리 식염수나 3% 과산화수소용액으로 가글합니다.
- 칫솔, 치약을 이용해 이를 닦고 입안은 자주 헹구어 냅니다.

04 인공호흡

호흡이 정지된 환자

01

입안의 이물질을 제거하고 혀가 목으로 말려들어가 있으면 정상적으로 편 후

02

한쪽 손을 목 밑에 대어 머리를 뒤로 젖혀 기도를 열며 다른 쪽 손으로 콧구멍을 막고

03

입을 서로 포개어 대고 가슴이 부풀어 커지도록 공기를 불어 넣고

04

최초의 1회는 천천히 불어넣고 기도가 열린 상태를 재확인 후 계속 연속하여 3회 빠르게 불어 넣은 후

05

어른은 5초에 1회, 어린이는 3초에 1회 간격으로 공기를 불어 넣어줍니다.

05 심폐소생술

호흡과 심장이 정지된 환자

01

가슴의 정 중앙에서 약간 아랫부분 가슴뼈(흉골의 아래쪽 절반)에 한 손바닥을 올려놓고 그 위에 다른 손을 겹친 후

02

손가락이 가슴에 닿지 않도록 주의하면서 가슴뼈 밑으로 4-5cm 눌릴 정도의 강도로 압박하고

03

압박할 때에는 양팔을 쭉 편 상태에서 체중을 실어서 환자의 몸과 수직이 되게 눌러야 합니다.

04

압박을 할 때에는'하나', '둘', '셋',--'서른' 하고 세어 가면서 하고 30회 압박을 하고 나면 인공호흡을 2회 합니다.

05

가슴압박은 1분당 100회의 속도로 합니다.

TIP

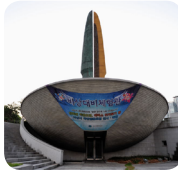
인공호흡과 심폐소생술은 어떤 차이가 있나요?

인공호흡은 호흡이 정지된 환자에게 산소를 공급하는 것을 뜻해요.
심폐소생술은 호흡과 심장이 정지된 환자에게 인공호흡과 흉부압박 조치를 취하는 것을 뜻해요.

비상대비 체험관

안전한 나라, 행복한 국민

행정안전부는 현대사회에서 발생할 수 있는 다양한 위협 및 국가 비상사태에 대비하고 국민의 생명과 재산을 보호하며, 국민이 안심하고 살 수 있는 안전한 나라를 만들기 위해 최선을 다하고 있습니다.

체험활동

위치안내

비상대비체험관은 전쟁 등 비상사태시 안전한 대처요령을 체험을 통해 배울 수 있는 곳으로 방독면 착용요령, 주변 대피소 찾기, 심폐소생술 등 비상시 알아두면 유용한 체험 프로그램으로 구성되어 있습니다.

위치 서울시 용산구 이태원로 29 전쟁기념관 6.25상징조형물 전시실(비상대비체험관)

체험시간 매주 화~일, 09:00~18:00 **문의** 02-794-3225, 070-4109-3225